Bruce N. Cameron

Primer Trimestre – Año 2011
Jesús lloró: La Biblia y las emociones humanas

Lección 12
(19 de Marzo de 2011)

La naturaleza como fuente de salud
(Salmos 19 & 104 – Mateo 6)

Introducción; Si yo te preguntara "¿Cuál es tu mayor desafío para tu tranquilidad de espíritu?", ¿qué responderías? ¿Tal vez sería un problema en las relaciones? ¿Alguien no está siguiendo las "reglas" de comportamiento amable? ¿Sería la falta de dinero? ¿O un problema de salud? ¿Preocupaciones relacionadas con el empleo? ¿Has considerado lo que la naturaleza tiene para enseñarnos acerca de las cosas que perturban nuestra paz y nos traen preocupaciones? ¡Introduzcámonos en nuestro estudio de la Biblia para ver qué podemos aprender acerca de esto!

I. Naturaleza y orden

A. Lee Salmo 19:1, 2. ¿Es verdad esto? En caso de una respuesta afirmativa, ¿de qué manera es cierto? (Es verdad. Cuando miramos a los vastos cielos que nos rodean, y aprendemos que los cielos operan bajo un orden confiable y perfecto, la única conclusión razonable a la que podemos arribar es que algún Intelecto maravilloso es responsable de todo eso).

B. Lee Salmo 19:3, 4. ¿Qué ser humano puede alegar ignorancia acerca de los cielos que están por encima nuestro? (El mensaje bíblico acerca de los cielos puede ser comprendido por todos, aunque el mensaje completo no sea completamente comprendido por todos. Si todavía te quedan dudas acerca de esto, haz alguna investigación sobre el tema de la "materia oscura".

C. Lee Salmo 19:5, 6. ¿Cuál es uno de los mensajes más elementales y fácilmente comprendidos que vemos en los cielos acerca de la personalidad de Dios? (Él es ordenado. Nuestros períodos de tiempo son confiables. El movimiento de la tierra en relación al sol determina el orden más básico para nuestras vidas).

D. Nuestra lección debería ser acerca de la salud y, especialmente, la salud emocional. ¿Qué tiene que ver el mensaje de los cielos con nuestra salud emocional?
   1. ¿Qué es lo que te causa más pavor? ¿Enfrentar lo desconocido? ¿Las inseguridades? Imagina cómo sería tu vida si no hubiera orden ni certezas respecto a la duración del día, la noche o a la determinación del tiempo).

E. Lee Salmo 19:7. El salmista pasa directamente de un análisis sobre el movimiento de los cielos, a un análisis de la Ley de Dios. ¿Qué lógica hay en vincular estas dos cosas? (Si Dios tiene leyes que gobiernan los cielos y aportan un orden básico para nuestro universo y nuestro ambiente, es lógico que Dios tenga leyes relativas a la manera en cómo debiéramos vivir).
   1. Notemos que la Biblia dice que este orden "restaura" nuestra alma. ¿Qué aplicación tiene esto con relación a nuestra salud mental? (El comentario bíblico de Jamieson, Fausset y Brown dice que "La ley de Dios es revigorizador para el corazón de los creyentes". Este comentario refuerza este argumento citando Salmo 23:2, 3.

   2. Leamos Salmo 23:2, 3. ¿Encuentras una relación entre Salmo 19:7 y Salmo 23:2, 3? (¡Sí! Así como la Ley de Dios aporta orden al universo completo, su Ley también aporta orden a mi vida).

   3. Cuando tú actúas fuera de la Ley divina, ¿qué sucede con el orden en tu vida?
      a. ¿Qué sucede con tus niveles de estrés?

   4. Consideremos nuevamente Salmo 23:2, 3. ¿Está dándonos instrucciones Dios en estos versículos? (Pues sí, El me hace "descansar", Él me "conduce").
      a. Cuando tú piensas en pastos verdes y aguas tranquilas, ¿no te da esta imagen sensaciones de paz y tranquilidad? (La lección que recibimos de la naturaleza es que si seguimos el camino de la Ley de Dios, Él restaura nuestra salud mental).

F. Volvamos a Salmo 19:7. Este versículo también dice que la Ley de Dios hace sabias a las personas sencillas. ¿Preferirías ser perspicaz o un necio?
   1. ¿Por qué? (Generalmente pensamos que la vida es más fácil para las personas inteligentes).

   2. ¿Qué ventaja para la salud mental se sugiere en este versículo? (Si obedecemos la Ley de Dios, no necesitas haber nacido tan inteligente pada disfrutar de las ventajas de serlo).

G. Lee Salmo 19:8. ¿Has experimentado gozo al seguir la Ley de Dios? ¿Has experimentado tristeza y disgustos por no seguirla?
   1. Esta mañana di mi habitual caminata por la playa. Lo que me llamó la atención fue el brillo del sol. Imagina estar bajo un sol brillante en la playa. ¿Cómo te sientes? (La luz eleva mi espíritu. Al viajar por las ciudades más grandes de Norteamérica, nunca me gustó estar en Nueva York o en Chicago. Me gusta más Los Angeles. ¿Por qué? En gran medida porque asocio a la ciudad de Los Angeles con luz brillante [Sí, conozco el esmog…]
      a. ¿Es sobre el nivel lumínico de lo que habla la segunda mitad del versículo 8? (El argumento principal es que la Ley de Dios nos ayuda a ver mejor el camino correcto a seguir en la vida. La metáfora de la luz presenta una combinación entre justicia y gozo).

   2. ¿Cuál es generalmente la lección que recibimos de lo que hemos estudiado en el Salmo 19? (Nuestro Dios cree en el orden. Si buscamos seguir sus re-

glas, nos ayudamos a nosotros mismos a protegernos de las preocupaciones, y a abrir la puerta al gozo).

II. Naturaleza y confianza

A. Lee Mateo 6:25-27 y Lucas 12:18-20. ¿Hay aquí una lección acerca de “graneros” (y sobre los bancos)?
   1. Este hacendado ¿tenía en mente para el futuro una vida como la de un pájaro, donde no tendría que trabajar?
      a. ¿Has observado las aves? ¿Están siempre (o frecuentemente) trabajando por su alimento? (Los pájaros marinos que he visto están siempre buscando comida).

   2. ¿Cómo deberíamos entender las palabras de Jesús con respecto a la naturaleza (las aves) y nuestra salud mental? (La lección no es sobre cómo nos preparamos para el futuro –acumulando riquezas [la figura de los graneros] o por el trabajo continuo, sino que la lección es que, sea lo que fuere que hagamos, debemos confiar en Dios y buscar el avance de su reino).

B. Lee Mateo 6:28-30 y 2 Tesalonicenses 3:10. Jesús dijo que los lirios “no trabajan”, citando esto como un punto positivo. Pablo enseña que aquellos que no trabajan no deberían comer. Asumiendo que la Biblia no se contradice, ¿qué es lo que Jesús está diciendo? (El esplendor de los lirios no se debe a su trabajo).
   1. ¿Cuál es la lección práctica que la naturaleza nos brinda aquí para nuestra salud mental? (Necesitamos trabajar. Necesitamos tener una vida productiva. Pero el cuidado de Dios por nosotros no depende de la naturaleza de nuestro trabajo).

C. En la primera sección de este estudio definimos que seguir las leyes de Dios tendía a protegernos de aquellas cosas que nos traen preocupaciones. En esta sección descubrimos que nuestro trabajo no tiene una relación directa con nuestro bienestar. Estas dos conclusiones, ¿están en conflicto? (No. La vida es mejor si obedecemos a Dios. Sin embargo, sabemos –a partir de la experiencia [y por el libro de Job]– que la obediencia –las obras– no siempre nos mantienen seguros contra las cosas terribles que puedan pasarnos. Por lo tanto, la conclusión razonable es que, partiendo de la naturaleza, debemos confiar en Dios. Debemos confiar que Él, su Ley, es la mejor manera de vivir. Debemos confiar que Él finalmente nos salvará de los problemas).

III. Naturaleza y alabanza

A. Lee Salmo 104:1-5. ¿Has notado en esta lectura las referencias a la naturaleza? El salmista, ¿está hablando aquí sobre el orden, o está analizando otro tema? (Está analizando el tema de la Creación. Esto involucra el orden, pero, más importante aún, la gloria de Dios).

B. Examina Salmo 104:6-32 y Salmo 104:33, 34. ¿Cuál es el resultado de meditar en la creación de Dios? (Cantamos alabanzas a Dios).

C. Lee Apocalipsis 4:6-8. Cuando llegues al cielo, ¿te gustará este trabajo? (¡Yo acostumbraba pensar "Espero no recibir este trabajo"! Pero ahora he cambiado de idea. ¿Has alabado realmente a Dios? ¿Has estado cantando alabanzas a Dios y descubriendo que tu espíritu fue elevado? La alabanza de corazón a Dios genera los momentos más sublimes).
   1. ¿De qué manera la alabanza a Dios impacta en tu salud mental? (Es un antídoto contra la depresión, el miedo y las preocupaciones. La Biblia enseña que la naturaleza es el impulsor de la alabanza a Dios).

   2. La semana pasada observé una cita de la revista *Christianity Today* [Cristianismo actual], que decía que cuando alabamos a Dios, ¡nos unimos a la actitud general del Universo!

D. Amigo, la naturaleza declara a nuestro Dios, su poder y su orden. Esto nos brinda certeza para confiar en sus cuidados y poder y una razón para seguir sus leyes. Ya no necesitamos depender de nuestros esfuerzos vanos y débiles. Considerando todo esto, nuestra emoción natural es alabarlo. ¿Te decidirás hoy a confiar en Dios? ¿Te volverás de la preocupación a la alabanza?

IV. <u>Próxima semana:</u>
Lección 13 – *"Asociación con Jesús"*.



2007, Bruce N. Cameron, J. D.

Traducido por Rolando D. Chuquimia
RECURSOS ESCUELA SABATICA ©

RECURSOS ESCUELA SABÁTICA
Rolando D. Chuquimia
http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica
http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es
Inscríbase para recibir recursos gratuitos para la Escuela Sabática